



SOSIALISASI MANAJEMEN DEMENSIA MELALUI PEMANFAATAN BUAH MENGKUDU SEBAGAI ANTIOKSIDATIF

Susilawati, Ardesy Melizah K, Fatmawati
Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya
Email: susilwt78@gmail.com

ABSTRAK

Demensia adalah istilah yang digunakan untuk melukiskan gejala-gejala sekelompok penyakit yang mempengaruhi otak. Demensia mempengaruhi cara berfikir, kelakuan dan kemampuan untuk melakukan pekerjaan biasa sehari-hari. Fungsi otak cukup banyak terpengaruh sehingga mengganggu pergaulan dan pekerjaan normal penderita. Buah mengkudu memiliki kandungan senyawa metabolit sekunder yang bermanfaat bagi kesehatan, di samping kandungan nutrisinya yang beragam seperti vitamin A, C, niasin, tiamin, riboflavin serta mineral seperti zat besi, kalsium, natrium dan kalium. Sebanyak 160 senyawa fitokimia telah teridentifikasi dari mengkudu. Mikronutrien terbesar yang ditemukan dalam buah mengkudu adalah senyawa fenol, asam organik dan alkaloid. Senyawa golongan fenol yang paling banyak ditemukan dan penting adalah antrakuinon (damnacanthal, morindon dan morindan), acubin, asperulosida dan skopoletin. Golongan asam organik utama adalah asam kaproat dan asam kaprilik sedangkan golongan alkaloid utama adalah xeronine. (Winarti, 2005; Rethinam *et al.*, 2007; Blanco *et al.*, 2010).

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini berupa penyuluhan tentang tanda dan gejala penyakit demensia dan pengaturan *intake* makanan serta aktivitas yang dapat mencegah terjadinya penyakit demensia bagi setiap masyarakat yang memiliki risiko untuk terjadinya Penyakit demensia dan bagi masyarakat yang menderita demensia. Selain itu juga dilakukan penyuluhan tentang pemanfaatan buah mengkudu menjadi bahan makanan yang dapat dikonsumsi oleh masyarakat mengingat *Morinda citrifolia* memiliki efek antioksidatif yang dapat meningkatkan fungsi kognitif otak. Kegiatan ini merupakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang didanai oleh Universitas Sriwijaya dalam rangka melaksanakan salah satu tri darma perguruan tinggi.

Dari kegiatan yang dilakukan terlihat warga masyarakat yang hadir sangat antusias untuk mengikuti kegiatan pengabdian ini. Hal ini dapat diketahui dengan banyaknya pertanyaan yang muncul setelah penyuluhan diberikan. Pertanyaan tidak hanya terbatas pada penyakit demensia, manfaat mengkudu tapi tentang masalah kesehatan yang lain. Peserta yang hadir juga melakukan konsultasi tentang berbagai penyakit. Perlu dilakukan kegiatan pengabdian yang berkesinambungan dengan topik-topik penyakit yang berbeda juga pengabdian berupa pelayanan pemeriksaan dan pengobatan gratis kepada masyarakat sehingga selain mendapatkan pengetahuan yang baru juga dapat menikmati langsung pelayanan kesehatan.

Kata kunci : *Demensia, morinda citrifolia, fungsi kognisi*

I. PENDAHULUAN

Proses penuaan adalah penurunan kapasitas fisiologis sistem tubuh secara bertahap dan irreversibel sampai pada tingkat kegagalan dan kematian. Penuaan merupakan penyebab

utama penurunan fungsi otak seperti proses pembelajaran dan memori (Hansakul, 2010; Muto *et al.*, 2010). Semakin meningkatnya populasi orang tua seiring dengan tingginya angka harapan hidup di seluruh dunia menyebabkan penurunan kognitif akibat penuaan ini menjadi salah satu masalah serius di sistem pelayanan kesehatan. Penurunan fungsi kognitif ini akan berdampak pada tingginya risiko demensia, disabilitas fisik dan kematian. Perawatan jangka panjang dan seringnya hospitalisasi pada penderita ini menyebabkan tingginya biaya dan beban ekonomi pada keluarga maupun negara (William & Kemper, 2010; Deary *et al.*, 2009; CDC, 2010).

Demensia adalah istilah yang digunakan untuk melukiskan gejala-gejala sekelompok penyakit yang mempengaruhi otak. Demensia mempengaruhi cara berfikir, kelakuan dan kemampuan untuk melakukan pekerjaan biasa sehari-hari. Orang yang menderita demensia mungkin akan mendapat kesulitan dalam mengatasi masalah dan mengendalikan emosi mereka. Mereka juga mungkin mengalami perubahan kepribadian. Pada banyak jenis demensia, beberapa dari sel-sel syaraf di otak berhenti berfungsi, kehilangan sambungan dengan sel-sel lain dan mati. Demensia biasanya semakin memburuk. Ini berarti penyakit demensia perlahan-lahan menyebar di otak dan gejala-gejala penderita semakin lama semakin memburuk.

Mengkudu (*Morinda citrifolia*) untuk bahan pengobatan tradisional sangat populer di kawasan Asia Tenggara, Kepulauan Pasifik dan Karibia. Semua bagian mengkudu digunakan secara luas untuk obat sejak zaman purba terutama di Vietnam, Thailand, Malaysia, Indonesia, Polinesia, Hawaii dan Samoa. Bahkan para tabib di kepulauan Pasifik menganggap mengkudu sebagai tanaman suci. Hal ini disebabkan karena khasiat obat yang dimiliki oleh mengkudu. Bangsa-bangsa di kawasan Asia Tenggara dan kepulauan Samudera Pasifik memanfaatkan mengkudu untuk mengobati berbagai penyakit seperti tekanan darah tinggi, kejang, obat menstruasi, artrosis, kurang nafsu makan, arteriosklerosis, gangguan saluran darah, proses penuaan dan untuk meredakan rasa sakit (Djauhariya, 2003; Rahmawati, 2009). Skopoletin yang terkandung pada buah mengkudu adalah salah satu golongan kumarin yang memiliki sifat analgetik dengan cara mengontrol kadar serotonin dalam tubuh. Selain itu, skopoletin juga diketahui berperan sebagai antioksidan dan antiinflamasi. Buah mengkudu juga kaya akan vitamin C dan Selenium yang juga berperan sebagai antioksidan. Xeronine yang terdapat dalam buah mengkudu memiliki berbagai fungsi biologis yang penting. Xeronine dapat berinteraksi dengan berbagai protein seperti enzim, reseptor dan penghantar sinyal sehingga protein tersebut dapat berfungsi dengan baik (Krishnaiah *et al.*, 2010; Pauchari *et al.*, 2013).

Buah mengkudu merupakan buah yang banyak tersedia di sekitar kita. Selama ini pemanfaatan buah mengkudu masih sangat minimal, apalagi rasa dan bau yang kurang enak. Desa Tebedak merupakan desa dengan ketersediaan buah mengkudu yang cukup banyak, disisi lain sebagian besar masyarakat Tebedak tidak mengetahui khasiat dari buah mengkudu yang ternyata memiliki efek antioksidan.

Kegiatan pengabdian pada masyarakat ini yang dilaksanakan di desa Tebedak 2 Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir Sumatera akan memberikan penyuluhan tentang manfaat buah mengkudu sebagai anti oksidan sesuai dengan hasil penelitian yang telah kami lakukan, sehingga dapat mencegah proses penuaan seperti demensia. Penurunan fungsi kognitif dapat menimbulkan disabilitas fisik, demensia bahkan kematian. Selain itu akan dilakukan penyuluhan juga tentang penyakit demensia itu sendiri. Pemanfaat buah mengkudu dengan mengolah buah mengkudu menjadi asinan sehingga meningkatkan daya tarik masyarakat untuk mengkonsumsi buah mengkudu. Pada kegiatan pengabdian ini akan dipraktekkan cara pengolahan mengkudu menjadi sebuah produk asinan, mengingat begitu besar manfaat buah mengkudu ini ditambah ketersediaannya yang cukup banyak di desa



Tebedak juga jumlah lansia di desa ini menyebabkan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dipandang sangat perlu.

II. METODE PELAKSANAAN

Khalayak sasaran kegiatan pengabdian ini adalah masyarakat di desa Tebedak 2, kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir Sumatera Selatan dengan sasaran utama adalah para adalah masyarakat yang berusia 45-60 tahun, mengingat angka kejadian penyakit demensia dan komplikasinya banyak terjadi dikisaran usia tersebut, sehingga masyarakat mampu mengenali secara dini gejala demensia dan mengetahui manfaat buah mengkudu sebagai buah yang memiliki efek antioksidan sehingga dapat dimanfaatkan dalam meningkatkan fungsi kognitif otak.

Dalam kegiatan ini melibatkan 1 orang dosen dari Bagian Patologi Klinik, 1 orang dosen bagian Biokimia dan 1 orang dosen bagian gizi Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya. Kegiatan ini juga melibatkan 2 orang mahasiswa dari Fakultas Kedokteran dengan tujuan agar ajang ini dapat dijadikan sebagai sarana bagi mahasiswa untuk belajar hidup bermasyarakat dan mengenali masalah kesehatan dimasyarakat yang relevansi dengan metode pembelajarn di FK Unsri yaitu belajar berdasarkan masalah (*problem Based Learning*) serta upaya pencegahannya.

Metode kegiatan yang dilakukan pada pengabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut: Penyuluhan, dilakukan dengan ceramah dan diskusi dengan masyarakat tentang demensial, komplikasi demensia, tanda dan gejala penyakit demensia, usaha peningkatan kualitas hidup sehingga tetap sehat dan beraktivitas dihari tua, Demonstrasi, yaitu memberikan pelatihan dengan melibatkan secara langsung bidan, kader kesehatan dan masyarakat cara mengelolah buah mengkudu menjadi produk makanan (asinan buah mengkudu) dalam rangka pemanfaatannya sebagai antioksidan, Pemantauan, untuk mengetahui keberhasilan dari kegiatan yang telah dilaksanakan oleh dosen dan mahasiswa.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan judul: “Sosialisasi Manajemen Demensia Melalui Pemanfaatan Buah Mengkudu sebagai Antioksidatif” telah dilaksanakan di desa Tebedak 2 Kecamatan Payaraman Kabupaten Ogan Ilir Sumatera Selatan pada hari Sabtu tanggal 18 November 2017. Kegiatan ini diikuti oleh warga yang terdiri dari pemuka masyarakat, bapak-bapak serta ibu-ibu dengan kisaran usia 45-60 tahun sejumlah 64 orang. Pelaksanaan pengabdian ini berjalan lancar. Kegiatan dimulai dengan memberikan penyuluhan kepada peserta pengabdian tentang penyakit demensia mulai dari definisi, gejala klinis, cara menegakkan diagnosis, pemeriksaan fisik yang harus dilakukan, komplikasi penyakit serta pengaturan makanan dan aktivitas fisik untuk penderita demensia dalam upaya pencegahan dan manajemen penyakit demensia. Selain itu juga dijelaskan kepada masyarakat tentang buah mengkudu (*Morinda citrifolia*) yang memiliki banyak manfaat. Di desa Tebedak 2 sendiri ketersediaannya sangat banyak sehingga sangatlah berguna jika buah mengkudu dimanfaatkan sebagai obat tradisional dalam manajemen penyakit demensia (Winarti, 2005; Rethinam *et al.*, 2007; Blanco *et al.*, 2010).



Gambar 1. Dosen dan Peserta Pengabdian Kepada Masyarakat

Dari kegiatan penyuluhan secara *face to face* ini terlihat peserta yang datang memiliki antusias yang tinggi ditandai dengan semaraknya diskusi yang terjadi. Banyak peserta yang bertanya tentang penyakit dementia gejala klinis sampai komplikasi dan pengaturan makan serta aktivitas penderita. Selain bertanya tentang penyakit dementia, warga masyarakat juga bertanya tentang penyakit lain, bahkan tidak sedikit peserta yang konsultasi tentang berbagai penyakit yang sedang mereka alami atau keluarga mereka alami.

Selain penyuluhan, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini juga melakukan demonstrasi pembuatan asinan mengkudu dalam rangka upaya memanfaatkan buah mengkudu yang ketersediaannya cukup banyak di desa Tebedak 2 ini. Banyak masyarakat yang baru mengetahui bahwa buah mengkudu memiliki khasiat yang cukup banyak salah satunya sebagai antioksidan yang dapat meningkatkan fungsi kognitif.



Gambar 2. Pak Kades yang sedang mengajukan pertanyaan tentang mengkudu.



Gambar 3. Peserta Pengabdian kepada Masyarakat.

Buah mengkudu selama ini dibiarkan matang dipohon dan membusuk tanpa diolah karena masyarakat khususnya masyarakat desa Tebedak 2 kecamatan Payaraman tidak mengetahui bahwa mengkudu memiliki khasiat obat dan mengandung berbagai macam bahan aktif yang berguna untuk pengobatan penyakit tertentu. Selain itu buah mengkudu juga memiliki efek antioksidatif yang dapat meningkatkan fungsi kognitif otak sehingga dapat digunakan dalam manajemen penyakit demensia.

Masyarakat desa Tebedak yang secara umum memiliki pekerjaan sebagai tukang kebun karet memiliki banyak keluhan seiring dengan meningkatnya usia. Pada pengabdian ini selain fokus dengan mengkudu dan penyakit demensia, tidak sedikit masyarakat yang konsultasi berbagai penyakit yang mereka alami. Dari kegiatan ini diketahui sebagian besar masyarakat menderita penyakit tulang otot dan sendi. Sehingga para dosen yang terlibat dalam kegiatan ini juga memberikan penjelasan tentang berbagai penyakit.

Akhir sesi kegiatan ini adalah kesan dan pesan dari peserta pengabdian masyarakat. Warga sangat berterimakasih atas diselenggarakannya kegiatan ini karena menurut mereka selain mendapat pengetahuan tentang penyakit demensia, komplikasi yang akan terjadi jika penyakit tidak diobati, manfaat buah mengkudu, pengolahan buah mengkudu sehingga bisa dikonsumsi, warga juga puas dengan konsultasi berbagai penyakit.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian pada masyarakat dengan judul “Sosialisasi Manajemen Demensia Melalui Pemanfaatan Buah Mengkudu sebagai Antioksidatif” yang telah dilaksanakan di desa Tebedak 2 kecamatan payaraman kabupaten Ogan Ilir Sumatera selatan telah menambah wawasan dan pengetahuan warga tentang penyakit demensia khususnya tentang gejala klinis, komplikasi dan pengaturan makanan serta aktivitas bagi penderita demensia, juga waspada kapan mereka harus segera memeriksakan diri kepada petugas kesehatan setempat. Selain itu warga juga memiliki pengetahuan tentang beberapa penyakit yang mereka dapat dari hasil konsultasi dengan dokter yang bertugas pada kegiatan pengabdian tersebut,



Masyarakat juga menjadi tahu manfaat buah mengkudu (*Morinda citrifolia*) sebagai tanaman obat yang memiliki berbagai khasiat. Buah mengkudu yang keberadaannya cukup banyak di desa Tebedak 2 kecamatan Payaraman kabupaten Ogan Ilir ternyata dapat diolah menjadi berbagai bentuk makanan yang dapat dikonsumsi antara lain dijadikan asinan mengkudu. Khasiat mengkudu selain mengandung berbagai zat aktif, vitamin dan mineral ternyata dari hasil penelitian yang telah pengusul lakukan memiliki efek antioksidatif sehingga dapat digunakan dalam manajemen penyakit dementia melalui peningkatan fungsi kognitif otak.

Perlu dilakukan kegiatan pengabdian yang berkesinambungan dengan topik-topik penyakit yang berbeda juga pengabdian berupa pelayanan pemeriksaan dan pengobatan gratis kepada masyarakat sehingga selain mendapatkan pengetahuan yang baru juga dapat menikmati langsung pelayanan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Hansakul, P., 2010. Cellular aging. *Thammasat Medical Journal*, 10(3), pp.311-319.
- [2] Riskedas. Laporan Nasioanal 2007 (diunduh 20 Juli 2016). Tersedia dari: [URL:HYPERLINK](http://www.k4health.org/sites/default/files/laporanNasional%20Riskedas%202007.pdf)
<http://www.k4health.org/sites/default/files/laporanNasional%20Riskedas%202007.pdf>
- [3] William, K & Kemper, S. 2010. Exploring Intervention to Reduce Cognitive Decline in Aging. *J Psychosoc Nurs Ment Health Serv*. 48(5): 42–51.
- [4] Deary, I., Corley, J., Gow, A., Harris, S.E., Houlihan, L., Marioni, R *et al.* 2009. Age-associated cognitive decline. *British Medical Buletin*. 92 : 135-52.
- [5] Dewi, N., 2012. Budidaya, Khasiat dan Cara Olah Mengkudu. Mackay J, Mensha GA, 2004. The Atlas of Heart Disease and Stroke. Genewa WHO, 30-49
- [6] Rahmawati, A., 2009. Kandungan Fenol Buah Mengkudu. *Skripsi, Fakultas Kedokteran, Universitas Indonesia*.
- [7] Basu, S. and Hazra, B., 2006. Evaluation of nitric oxide scavenging activity, in vitro and ex vivo, of selected medicinal plants traditionally used in inflammatory diseases. *Phytotherapy research*, 20(10), pp.896-900.